

やはた通信 平成28年8月号

先日お昼過ぎ、「やはた」に突然の来客がありました。それは、1年程前に、やむを得ない事情により「やはた」を卒業された女性のご利用者様でした。ずっと気になり、ご自宅を通る度にどうされているか心配でしたが、お元気そうな姿に心の底から良かったとご本人とみんなとで涙ウルウルの時間となりました。さてさて、夏本番！夏バテにならないよう、水分もたっぷり、腹は八分目、そして運動と規則的な生活が送れるよう心掛けていきましょう。

◇買い物に出かけました
一人暮らしの方限定で、お買い物に行きました。楽しそうにお目当ての商品を品定めし、どやっど買って帰られました。



◎やはたでのみなさんの活動をご紹介します。



できる範囲で動かしましょう



立ち上がりの練習中



お腹周りは、誰が一番かな？



お口のストレッチ中！



♪作品作り♪
色々な物作りに挑戦しています。



◎6月末での やはたの空き状況
一部の曜日を除いて、若干の空きがございます。
体験利用を含め、お気軽にご相談下さい。
担当：森崎、日高

ホームページアドレス
<http://www.yahata.ecnet.jp/>

古民家デイサービスやはた
Tel.0985-75-9285

●趣味サークル活動
作品作り、調理、囲碁、将棋、カラオケ、読み聞かせ

熱中症に気をつけて！
体調不良になる前に、
1.エアコンや扇風機を利用し、
2.水分補給もしっかりと、
3.部屋の風通しもよくしましょう
早めの熱中対策で暑い夏を乗り越えましょう

◎8月8日は笑いの日◎
恐るべし！笑いの効果
形だけの笑顔でも、脳は「笑っている」と認識し神経活動が活性化するそうですよ。自らの笑顔で福と健康を呼び寄せましょう！

形だけの笑顔でも、脳は「笑っている」と認識し神経活動が活性化するという